ODONTO IDÉIAS Nº 02

As 100 Melhores Idéias da Odontologia

SEATBALL

Como surgiu a idéia?

Tenho uma filha que necessitou durante muitos anos, tratamento fisioterapeutico com bolas suíças (conhecida como bola de pilates), e quando eu a acompanhava em suas terapias, muitas vezes ficava sentado numa delas. Depois de 25 anos trabalhando na Odontologia e insatisfeito com todos os mochos que adquiri durante esta minha jornada, tive um "insight" quando fui trocar um botijão de gás no fundo de casa, e observei o suporte que o carregava, redondo e com rodízios, quando associei as duas situações, criei um mocho que resolveria meus problemas de dores nas costas, má circulação nas pernas e de má postura corporal decorrente da profissão.

Qual a principal causa?

Uma das principais causas desta má postura é a de se sentar incorretamente, forçando a musculatura que suporta bilateralmente a coluna cervical. Na faculdade fomos ensinados a trabalhar com visão indireta, mas infelizmente não consegui aprender a trabalhar desta maneira o que resultou num vício postural e por consequência me transformei num portador de DORT ou LER, lesionando a maioria das estruturas envolvidas neste complexo.

Quais são os dados existentes?

Já não é de hoje que as pesquisas mostram o quanto a nossa profissão afeta nosso organismo. Nossos ouvidos são atingidos pelo som agudo dos motores de alta rotação. Sequelas físicas e neurológicas foram causadas por muitos anos pelo mercúrio contido nas restaurações de prata quando manipuladas de forma inadequadas. O mesmo podemos dizer sobre a irradiação, quando não tomamos cuidados básicos ao obtermos uma simples radiografia periapical.

Mas o grande vilão campeão das nossas clínicas, sem dúvida é a falta de educação postural de trabalho. São raros os profissionais que não reclamam de dores nas costas no final de um dia exaustivo de trabalho. Na verdade, todos os trabalhos, sejam eles em pé ou sentados necessitam de posicionamentos corretos, para prevenir alterações

posturais como hiperlordose lombar e cervical, hipercifose torácica e escoliose, dentre outras.

Que foi constatado?

Que a postura é uma resposta externa de nossos sentimentos interiores e que uma postura incorreta traduz fadiga e tensão aos ligamentos e músculos podendo resultar em dor e deformidades.

Qual a realidade em outros países?

Acredito seja a mesma aqui do Brasil, pois não há maneiras diferentes de se exercer a profissão por diferenças de etnia, local, ou país.

Como é o funcionamento do Seatball?

Os usuários do produto são desafiados a conseguir simetria quando se mantém sentados, devido à instabilidade da bola. A coordenação e o equilíbrio são necessários e podem ser treinados juntos com força e mobilidade, aumentando a percepção de postura e reeducação postural.

A utilização da bola estimula os sistemas sensoriais e podem também melhorar o equilíbrio, embora muitos usuários possam estar inicialmente limitados pela própria atividade. A utilização da bola suíça propicia a postura correta, movimentos que se faz naturalmente sentado sobre ela, para a manutenção do equilíbrio, promove o fortalecimento global e o reequilíbrio de cadeias musculares. Resumindo, o Seatball foi criado a fim de promover uma reposturação corporal eficiente e duradoura, pois o usuário se reeduca como um todo, obtendo mais qualidade de vida principalmente no seu ambiente de trabalho.

Existe algo similar?

Se existe eu não conheço, mas estou trabalhando para que o mundo todo fique sabendo desta idéia e de seus benefícios. A idéia vai espalhar-se para todas as outras profissões que necessitam manter o profissional sentado mais de duas horas ininterruptamente, como operadores de computadores, linhas de montagem, entre outras.

Quais as suas vantagens?

Além de ser mais barato que um mocho convencional, é altamente confortável e estimulante. Proporciona um relaxamento geral em momentos de estresse, pois com pequenos movimentos de subida e descida, estimula toda a circulação sanguínea proporcionando uma sensação desestressante comparável com uma sessão de massagem.

O impacto na coluna se iguala a zero no ato de sentar e para os obesos é um grande coadjuvante auxiliar para se levantar, diminuindo esforços nos joelhos e coluna cervical, pois é flexível. Não deixa a circulação nas pernas ficarem estagnadas, diferente do que acontece com outras cadeiras ou mochos odontológicos.

Na clínica torna-se um acessório diferente, que chama atenção principalmente dos pacientes de odontopediatria. De fácil limpeza e assepsia, é bem aceito em ambientes cirúrgicos, além de não machucar as paredes quando encosta por um motivo ou outro. Suas cinco rodas de poliuretano são silenciosas e não marcam o chão, além de proporcionar uma estabilidade excepcional.

Quanto ao uso, além de tudo que já foi mencionado, comporta-se como uma academia no consultório, que em doses homeopáticas enrijece a musculatura abdominal, fazendo a barriga diminuir sua sobressaliÊncia e a musculatura mais interna e bilateral que suporta a coluna vertebral é trabalhado diferente dos exercícios que se faz nas academias, portanto mais eficiente.

O resultado de tudo isso é o término de um dia de trabalho mais saudável, feliz e produtivo. O reflexo desta nova postura sentada resulta também num andar mais simpático, mais ereto, consequentemente mais elegante, pois o usuário a médio e longo prazo é reeducado posturalmente falando.

Que depoimentos o senhor tem?

As pessoas relutam inicialmente em usá-lo, pois dá a impressão de ser instável e inseguro, no entanto, após o uso por quinze dias não conseguem mais usar outro tipo de assento.

Existe um manual de instruções, em que orientações de fisioterapeutas formados pela UNIFESP descrevem a quantidade de vezes e tempo, que o produto dever ser usado gradativamente. Isto porque a musculatura deve se acostumar ao novo trabalho exigido pelo aparelho. Caso não siga as orientações corretas, certamente sentirá cansaço e fadiga muscular, daquela musculatura até então inoperante.

Depoimentos de consumidores podem ser lidos no nosso site, na seção do próprio produto, além de trabalhos científicos sobre o mesmo, com referências bibliográficas dando credibilidade a tudo isto aqui exposto.

Como é o aparelho?

Tem-se a impressão de ser apenas uma bola suíça apoiada numa base metálica com rodízios. No entanto, não é, pois a bola é confeccionada de modo especial, diferente das encontradas no mercado de ginástica e fisioterapia. A espessura da parede da bola é maior que estas outras, tornando-se mais resistente a deformações por pessoas com peso acima da média (suporta uma pessoa de até duzentos quilos). Também torna-se menos susceptível a perfurações por um explorador ou instrumento odontológico perfurante.

Sua base é metálica com pintura eletrostática, que impede a presença de ferrugem e permite limpeza fácil e rápida. Apresenta-se com ou sem rodízios e em cor padronizada cinza.

Serão lançandas no próximo congresso de ortodontia ORTO 2010 SPO, em São Paulo mais três versões de revestimento e acabamento, inovando seu design e estética, tornando-se além de um produto

excelente para a saúde, uma peça de decoração.

Fisioterapeutas e Quiropraxistas recomendam o Seatball

Fisioterapeutas da UNIFESP testaram e aprovaram o produto antes de ser lançado, e colaboraram na elaboração do manual que acompanha o produto, principalmente sobre a orientação da forma e tempo de uso no inicio de utilização.

A Dra Erica Pinheiro Ribeiro, elaborou em 2009 uma pesquisa de campo quantitativa, descritiva e transversal, na Universidade Estadual de Goiás- ESEFFEGO - Escola Superior de Educação Física e Fisioterapia do Estado de Goiás, cujo título é "Análise postural verificada através da biofotogametria após uso do Seatball em Cirurgiões Dentistas do cais nova era.", onde ficou provado através desta preciosa pesquisa que a avaliação postural utilizando a biofotogrametria, verificou a eficácia do equipamento Seatball obtendo resultados positivos e fidedignos relacionado ao alinhamento postural dos cirurgiões dentistas.

Há 15 anos oferecendo consultorias a grandes empresas e profissionais da Odontologia sobre programas de qualidade e fisioterapia do trabalho, Dra Márcia Barros, diretora da Associação Nacional de Quiropraxia (ANQ), comenta a eficiência do Seatball perante os Cirurgiões Dentistas que muito se prejudicam por não obter uma postura correta e ergonômica no ambiente de trabalho.

Segundo ela, estava faltando algo assim que a auxiliasse no que há anos vem tentando fazer com os Odontólogos que a procuram com problemas de dores na coluna vertebral. Não bastava um trabalho de orientação e conscientização deste profissional, era necessário alguma coisa que o fizesse executar estas orientações com precisão e fidelidade. Ela agradece a criação deste produto, considerando-o coadjuvante ao seu trabalho.

Veja abaixo um depoimento dela sobre o Seatball:

Abre aspas "*Um dos eventos mais frequentes no atendimento clínico é a lombalgia causada por fraqueza da musculatura estabilizadora responsável pela manutenção da boa postura.*

A musculatura se não for trabalhada enfraquece. Quando os músculos enfraquecem, eles falham e a coluna vertebral fica desprotegida e o resultado é a dor nas costas. Para quem trabalha o tempo todo sentado o ideal é ter um assento que induza a mente a cuidar automaticamente da postura.

Como o Seatball os músculos responsáveis pela manutenção da boa postura devem ser bem trabalhados. Devem estar o tempo todo em atividade para que possam proteger a coluna durante o seu movimento e evitar a fadiga muscular. Portanto necessitamos também de um equipamento que force a manutenção do equilíbrio, exigindo um trabalho muscular constante.

Levando todos esses itens em consideração é que a CORALDENT lançou no mercado um mocho do qual eu, quiropraxista especialista em coluna, e outros quiropraxistas e fisioterapeutas, juntamente com colegas Cirurgiões Dentistas testamos e aprovamos um nova versão de mocho do qual consideramos ideal para a manutenção da postura correta e o fim das dores nas costas.

Por mais ergonômica que seja uma cadeira, nossa postura num momento e outro será de desleixo, por conta do encosto e estabilidade que ela nos proporciona isentando o músculo de realizar seu trabalho.

A bola não tem encosto, é instável e dinâmica. Essa estrutura requer do músculo um trabalho regular. Trabalho muscular constante = Atividade fisica regular = Libera movimento = SAÚDE

SAÚDE = melhor qualidade de vida ." Fecha aspas

Marcos Coral Scocate é Mestre em Ortodontia e Ortopedia Funcional dos Maxilares, Especialista em DTM, Dor Orofacial e Acupuntura.

Professor do Curso de Especialização em Ortodontia na EAP, regional de Ourinhos-SP.

Diretor da Coraldent, fabricante do produto, que detém todos os direitos sobre o mesmo.

Acesse: www.coraldent.com.br

E conheça na integra as obras aqui citadas

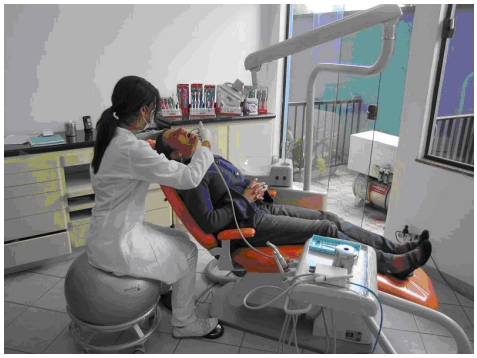
E-mail: coraldent@coraldent.com.br

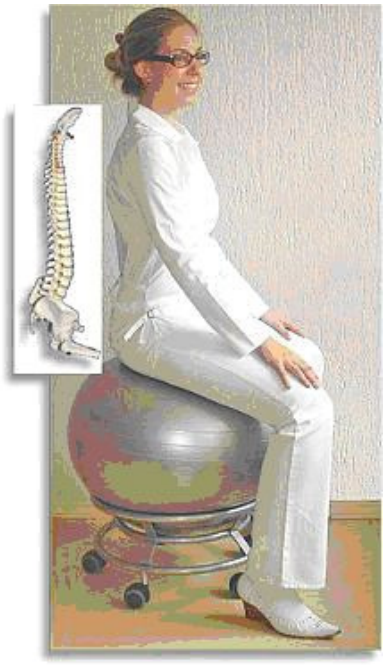
Telefones: 11.2215.5634/2273.1381

vendas@coraldent.com.br

PARABÉNS PELA INVENÇÃO E MUITA SAÚDE AOS USUÁRIOS.

Antônio Inácio Ribeiro ***ribeiro@odontex.com.br***





Crie o hábito de sempre encaminhar estas notícias para a sua lista de amigos DENTISTAS

Se não quiser mais receber esta coluna, nos retorne com um REMOVER